16.037 Zemiaky varené s maslom I.
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
zemiaky XII. - II.	22,00	15,40	26,00	18,20	37,00	25,90	42,00	29,40
soľ	0,08	0,08	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
rasca	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02	0,05	0,05
petržlenová vňať, pažítka	0,05	0,03	0,05	0,03	0,10	0,07	0,10	0,07
maslo	0,25	0,25	0,30	0,30	0,30	0,30	0,40	0,40
hmotnosť porcie v g	120		150		210		250	

Výrobný postup

Očistené, umyté zemiaky dáme variť do vriacej osolenej vody. Pridáme rascu a uvaríme do mäkka. Uvarené zemiaky scedíme a zalejeme maslom a posypeme očistenou, posekanou petržlenovou vňaťou alebo pažítkou.
Podávame ako prílohu.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	719	173	3,13	2,3	0,00	31,8	5,0	29,2	1,6	0,020	0,1	0,1	24,2	0,0
B	853	205	3,70	2,8	0,00	37,6	5,9	35,4	1,9	0,023	0,2	0,1	28,5	0,0
C	1174	282	5,25	2,9	0,00	53,5	8,4	49,5	2,7	0,030	0,2	0,1	41,0	0,0
D	1356	325	6,00	3,8	0,00	60,9	9,6	56,7	3,0	0,036	0,3	0,1	46,4	0,0